町田まごころクリニック　デイケア

2015 年　9 月　16 日

10 月のプログラム

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
午前				・Ⓑ 健康管理 ・フリー	・定期面談（澤山） ・川柳の会 ・フリー	Ⓑ みんなで話そう（こころ編） ・フリー	休
午後				・瞑想会（こころのリラックス） ・フリー	Ⓑ オフィスワーク ・フリー	・書道の会 ・フリー	
	5	6	7	8	9	10	11
午前	・パソコン（初級編） ・フリー	・Ⓑ 集団認知行動療法 ・フリー	・料理（ランチ） ・フリー	・Ⓑ 健康管理 ・フリー	・定期面談（寺上） ・フリー	・簡単スイーツ作り ・フリー	休
午後	・コーラス ・フリー	・料理の買い物 ・フリー	・料理ミーティング＆BBQ ミーティング ・フリー	・アートセラピー ・フリー	・ｱﾛﾏﾘﾗｸｾﾞｰｼｮﾝ ・フリー	・アロマ資格講座 ・フリー	
	12	13	14	EVENT	16	17	18
午前		・Ⓑ 健康管理 ・フリー	・バーベキュー買物 ・フリー	バーベキュー In 玄海田公園（予約制1日参加） ※フリーなし	・コミュニケーション講座 ・フリー	・パソコン・スマホ何でも相談 ・フリー	休
午後		・園芸 ・フリー	・バーベキュー準備 ・フリー		・ヨガ（リラックス） ・フリー	・マンダラ塗り絵 ・フリー	
	19	20	21	22	23	24	25
午前	Ⓑ みんなで話そう（実践編） ・フリー	・Ⓑ 集団認知行動療法 ・フリー	・料理（ランチ） ・フリー	NEW! ・自分の取扱説明書 ・フリー	・お出かけ会 ・フリー	・フリー	休
午後	・コーラス ・フリー	・料理の買い物 ・フリー	・料理ミーティング ・フリー	・お花の会 ・フリー	・アートセラピー ・フリー	・フリー	
	26	27	28	29	30	31	
午前	・コラージュ ・フリー	・料理の買い物 ・フリー	・料理（ハロウィンスイーツ） ・フリー	・院長ミーティング ・フリー	・ｱﾛﾏﾘﾗｸｾﾞｰｼｮﾝ ・フリー	Ⓑ みんなで話そう（こころ編） ・フリー	
午後	Ⓑ みんなで話そう（実践編） ・フリー	・園芸 ・フリー	・料理ミーティング ・フリー	・卓球へ行こう ・フリー	・就労生活相談 Ⓑ オフィスワーク ・フリー	・茶道の会 ・フリー	

EVENT **☆バーベキューについて**

長津田にある玄海田公園バーベキュー場へ行きます。※事前予約制。申し込みの上ご参加下さい

NEW! **☆自分の取扱説明書（新プログラム）について**

「健康な自分」をテーマに、改めて自分を思い返しながらグループで情報交換していきます。健康な自分に向って自分の心と身体のマニュアルを作っていきましょう。（担当：澤山・寺上）

☆プログラム曜日変動について

Ⓑ 集団認知行動療法は今月より毎月火曜実施になります。それに伴い他プログラムも曜日変動があります。ご了承くださいませ。

運　営　時　間　：　9:30 ～ 15:30

受　付　：　9:30 ～
朝のミーティング　：　9:30 ～ 10:00
午前のプログラム　：10:00 ～ 11:45
昼　食　：12:00 ～ 13:00
受　付　：13:00 ～
午後のプログラム　：13:15 ～ 15:00
帰りのミーティング　：15:00 ～ 15:30

◎午前・午後通し参加の方の昼食（無料）はこちらでご用意いたします。

デイケア　TEL：042-851-7222